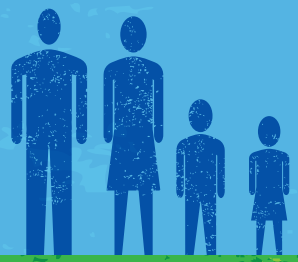
La historia de una hija

Mi padre tenía armas en la casa todo el tiempo. Algunas estaban cargadas y otras no.

Un día, mi padre usó una de las armas cargadas para quitarse la vida. Guardaba ese arma en el armario del pasillo. Se suponía que era para la seguridad de nuestra familia. Él tenía 45 años.

Toda persona que tenga un arma o viva con un arma tiene un mayor riesgo de suicidarse. También es cierto que la mayoría de las personas que sobreviven a un intento de suicidio no mueren por suicidio. Las armas de fuego por lo general no brindan una segunda oportunidad.

Anime a los miembros de su familia, incluso a sus padres, a guardar su arma bajo llave, guardarla fuera de la casa o asegurarse de que esté bien guardada. Un simple paso puede salvar una vida.



DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DE ALABAMA

Información adicional

Para obtener más información sobre los esfuerzos de prevención del suicidio en Alabama y a nivel nacional, visite:

alabamapublichealth.gov/suicide

afsp.org

asparc.org

meansmatter.org

sprc.org

Cómo hacer que su casa sea a prueba de suicidio.

Una guía para mantener la seguridad de las familias.

¿Es su hogar a prueba de suicidios?

Incluso si cree que su hijo(a) no está en riesgo de suicidarse, ¿por qué arriesgarse? Estos sencillos pasos pueden ayudarlo a proteger su hogar contra el suicidio y posiblemente salvar la vida de un adolescente.

APOYO

Escuche y pregunte.

HECHO: millones de niños y adolescentes consideran seriamente intentar suicidarse cada año.

- Los signos de advertencia de suicidio no son siempre obvios.
- Preste atención a los estados de ánimo y comportamientos de sus hijos adolescentes.
- Si nota cambios significativos, pregúnteles si están pensando en suicidarse.

ARMAS DE FUEGO

Retire. Guarde bajo llave.

HECHO: las armas de fuego se usan en dos tercios de los suicidios de adolescentes.

- Pídale a un amigo o familiar de confianza que la guarde temporalmente.
- La delegación policial local o el club de tiro puede ofrecer almacenamiento temporal.
- Como mínimo, guárdelas de manera segura lejos de las municiones.

MEDICAMENTOS

Guarde bajo llave y limite.

HECHO: los adolescentes que intentan suicidarse usan medicamentos más que cualquier otro método.

- No tenga dosis letales a mano. Un farmacéutico puede asesorarlo sobre cantidades seguras.
- Considere guardar los medicamentos bajo llave.
- Descarte cualquier medicamento que ya no use.
- Línea directa nacional de toxicología: 24/7 gratis y confidencial. 1-800-222-1222

Hay ayuda está disponible si le preocupa que alguien que le importa esté en riesgo de suicidio.

LÍNEA DIRECTA NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO:
24/7 gratis y confidencial. 1-800-273-8255

EN CASO DE EMERGENCIA:
Llame al 911 o visite a su sala de emergencias local.